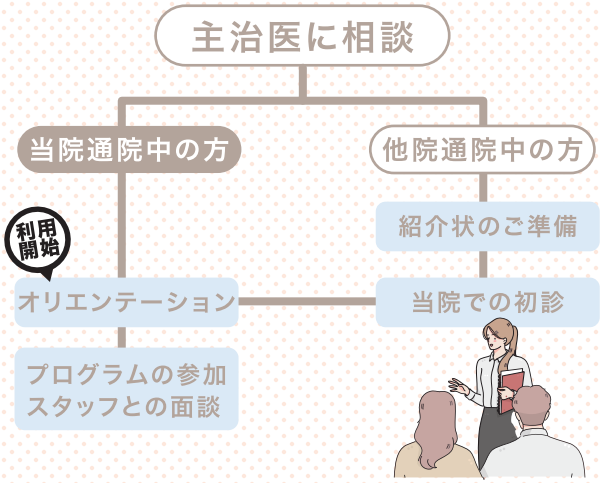
Flow

ご利用までの流れ

診察時に主治医にご相談ください。(見学・体験ができます)
外部主治医の方は、紹介状のご準備をお願いしております。
詳細はお問い合わせください。



Fee

ご料金について

各種健康保険・自立支援医療制度・マル福などご利用可。

(例)デイナイト利用の場合

自立支援医療制度ご利用の場合(1割負担)	保険証ご利用の場合(3割負担)
約1,130円	約3,500円

自立支援医療制度とは

精神疾患の治療にかかる医療費を国・地方公共団体が負担する制度です。自立支援制度帳を利用されると毎回の医療費の自己負担額が1割になります。また、ひと月当たりの自己負担額に上限があり、それを超えると医療費の自己負担が0円になります。

※自己負担の上限額は収入によって異なります。

(例)上限10,000円の場合

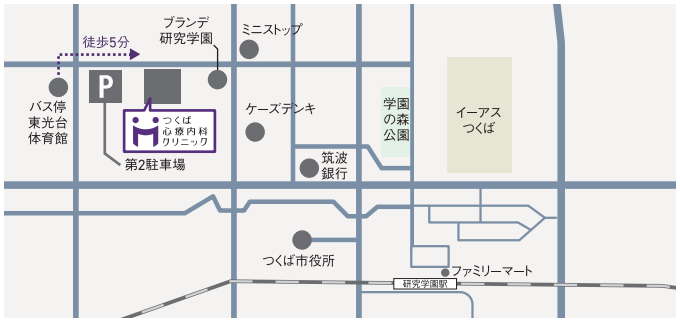


自己負担上限額の10,000円を超えると、当月のそれ以降の治療費の自己負担額が0円になります。



Access

MAP



Google Mapで見る

右のQRコードを読み込むとGoogleMAPが起動します

つくば心療内科クリニック

〒300-2633 茨城県つくば市遠東1111-1

電車・バスでのご来院

研究学園駅北口下車、つくバス上郷シャトル乗車、東光台体育館にて下車。
交差点を渡り、ブランデ研究学園店方面へ徒歩5分。

お車でのご来院

当院には来院専用駐車場、第1および第2駐車場がございます。
※第1駐車場は大変混み合うため第2駐車場のご利用をお願いしております。

デイケアに関するお問い合わせ

デイセラピー直通番号
029-875-5204

デイセラピーについて
https://tsukuba-psychosomatics.jp/medical/daycare/

備考欄

デイセラピーのご案内

発達・居場所型プログラム

つくば心療内科クリニック

What is Rework？



こんなお悩みをお持ちの方ご相談ください

- 発達特性（ASD,ADHD）をしっかりと理解したい
- 自分の得手不得手を正しく知りたい
- 困りごとの対策を考えたい
- コミュニケーションのトレーニングをしたい
- 自分の強みを整理したい
- 社会とのつながりの機会をもちたい

01 精神科デイケア

ここでは自分の安心できる場所として利用することはもちろん、様々なプログラムに参加をして正しい疾病の理解や自己理解を深めていきます。また仲間との触れ合いや交流を通じて、生活の質を向上、自分の強みの活かし方、コミュニケーションのトレーニングをしていきます。自分らしさや強みを大切にしながら社会参加したいなど、一人ひとりの目標・ニーズに合わせた利用方法を専門スタッフが一緒に考え、提案しながら継続的にサポートしていきます。

主なプログラム 02



- 疾病理解
- ADHDプログラム
- 認知行動療法
- 発達障害専門プログラム
- こころの教室
- プライベートワーク
- ホビーLABO
- リラクゼーション
- 週替りイベント

	月	火	水	木	金	土
	プライベートワーク ホビーLABO	発達障害専門プログラム ADHDプログラム	リワークプログラムと合同	プライベートワーク リラクゼーション	リワークプログラムと合同	ADHDプログラム
AM	**プライベートワーク** 個別面談を通して体調の確認、疾病や特性の理解を深めて、課題の整理をしていきます。 ・個別面談 ・今週の予定 ・体調確認 ・疾病理解	**発達障害専門プログラム** 発達特性（傾向）のある方を対象に、コミュニケーションスキルを学ぶプログラムです。自分らしく生活できるスキルを習得するとともに、困り感を共有できる場・仲間づくりになることを目指しています。 ・仲間づくり		**プライベートワーク** 個別面談を通して体調の確認、疾病や特性の理解を深めて、課題の整理をしていきます。 ・個別面談 ・今週の予定 ・体調確認 ・疾病理解		**ADHDプログラム** 不注意や多動・衝動特性のある方を対象に、グループディスカッションを通して、困りごとを仲間と共有し、生活しやすくなる工夫や対処を習得することを目指しています。 ※隔週実施
PM	**ホビーLABO** ハンドクラフトや塗り絵などの活動を通して自己表現をすることを目的とします。また、個別活動を通し、集中力・想像力の向上を図ります。 ・イラスト、動画作成 ・工作、クラフト ・映像、音楽	**ADHDプログラム** 不注意や多動・衝動特性のある方を対象に、グループディスカッションを通して、困りごとを仲間と共有し、生活しやすくなる工夫や対処を習得することを目指しています。		**リラクゼーション** 身体や健康などに関する知識を深めるとともに、実際にリラクゼーション方法を体験することで、自分に合ったセルフケアを見つけたり、ストレスを和らげたりすることを目指します。 ・自律訓練法 ・ストレッチ ・睡眠の工夫		
ナイト	**見学・体験** 見学や体験をして、利用の有無をスタッフと検討します。 オリエンテーションは随時実施中。 また、デイケア利用後は定期的な看護師面談を行い体調確認をしていきます。					

よくある？質問



どんなことができますか？

自分の特性、自分自身の理解をしていきます。
また、仲間を作ったり、コミュニケーション力のトレーニングを行います。週替わりイベントや趣味的なプログラムもあります。

悩みは相談できますか？

臨床心理士・看護師・作業療法士・精神保健福祉士などの専門職種スタッフが、みなさんの困っていることの相談を受けています。



利用頻度はどうしたらいいの？

体調に合わせてご利用いただけます。
定期的な個別面談を通して利用方法を調整しますのでご安心ください。